

PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

AUTOEVALUACIÓN DE RIESGOS



RedVital
SALUD



PASAMOS MÁS TIEMPO QUE NUNCA EN CASA

Con la nueva situación de confinamiento, pasamos más tiempo en casa con los niños o con nuestros mayores, ambos son los más expuestos a accidentes y la prevención es fundamental para evitarlos. Es muy importante indentificar los puntos de riesgo que puedan provocar un accidente.

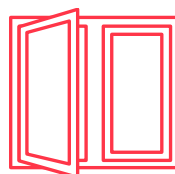
RIESGO EN NIÑOS		RIESGO EN ADULTOS MAYORES
Caídas y golpes Heridas y cortes Quemaduras Alergias alimentarias	Intoxicaciones Asfixia respiratoria Electrocución	Caídas Resbalones

AUTOEVALUACIÓN DE RIESGOS

Identifica y señala en cada punto de riesgo la prevención que se está llevando a cabo en casa.

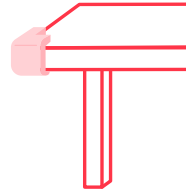
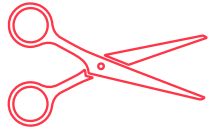
CAÍDAS Y GOLPES

- Fija las estanterías firmemente a la pared y NUNCA permitas que los niños suban sobre muebles y permanezcan de pie en ellos.
- Protege las ventanas que se estén a menos de 1 metro del suelo con barandillas, rejas, barrotes o con un bloqueo que impida su apertura.
- Mantén el suelo libre de obstáculos, evitar alfombras o decoración que pueda ocasionar caídas.
- EVITA dejar superficies resbaladizas.
- Utiliza antideslizantes para la ducha o bañera.



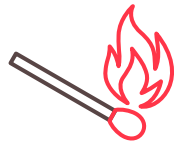
HERIDAS Y CORTES

- Mantén los objetos como cuchillos, agujas, tijeras, etc., alejados de los niños.
- Colocar las herramientas en cajones con las puntas o elementos cortantes hacia dentro.
- PROTEGE esquinas y muebles puntiagudos.



QUEMADURAS

- Prohíbe el acceso a la cocina sin la presencia de un adulto.
- Bloquea los fuegos cuando estén fuera de uso.
- Deja las sartenes y cazuelas con los mangos hacia dentro e intentar cocinar en los fuegos que estén más alejados de su alcance.
- Evita los derrames de sustancias calientes, mantén los alimentos calientes lejos de los bordes de las mesas.
- Mantén los dispositivos que generan calor fuera de su alcance, como planchas para ropa o para el cabello.
- Prueba los alimentos calentados en microondas, ya que se pueden calentar de manera irregular y provocar quemaduras en la boca.
- No dejes al alcance de los niños cerillas, mecheros o velas encendidas.



ALERGIAS ALIMENTARIAS

- Lee siempre los ingredientes de los alimentos que se vayan a utilizar en la preparación del menú, teniendo cerca el listado de sustancias a las que se es alérgico/intolerante para comprobar las etiquetas.
- Cocina primero la comida del alérgico para evitar contaminaciones y contactos. Manipular cuidadosamente los utensilios (mejor si son exclusivos para el alérgico).
- No uses el mismo aceite o plancha para cocinar.
- Higieniza todas las superficies de trabajo.
- Cuidado con alimentos como las masas, bechamel, caldos para sopas o pan rallado, ya que puede contener trazas.



INTOXICACIONES

- Mantén siempre los productos de limpieza, insecticidas, productos de jardinería en armarios elevados y solo al alcance de adultos.
- NUNCA rellenes con productos de limpieza recipientes que sean de comida o de bebida.
- VIGILA LAS MEDICINAS Y JARABES, siempre fuera del alcance de los más pequeños, no dejarlos en la bolsa del cochecito de paseo.



ASFIXIA RESPIRATORIA

- NUNCA ofrezcas FRUTOS SECOS enteros ni en trocitos a ningún niño menor de 6 años.
- VIGILA que no haya piezas pequeñas a su alcance (tornillos, pilas...) así como juguetes no adaptados a su edad que puedan contener piezas que se puedan tragar.
- EVITA que coman mientras están corriendo, jugando o llorando.
- EVITA que jueguen con bolsas sobre la cabeza.
- NUNCA dejes solo al niño en la bañera.



ELECTROCUCIÓN

- NUNCA dejes cosas enchufadas que desprendan calor.
- VIGILA QUE TODOS LOS ENCHUFES tengan dispositivos de seguridad para los más pequeños.
- Mantener en buen estado los cables de cualquier dispositivo.

